

repository.ub.ac.id

HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA PENGUNA INSTAGRAM

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



ULFA KUSUMA MUFIDA

145120300111046

**PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS BRAWIJAYA
MALANG
2018**

repository.ub.ac.id

HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA PENGGUNA INSTAGRAM

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



ULFA KUSUMA MUFIDA

145120300111046

**PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS BRAWIJAYA
MALANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI PERBANDINGAN SOSIAL
DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA PENGGUNA INSTAGRAM**

SKRIPSI

Disusun Oleh:

ULFA KUSUMA MUFIDA

NIM. 145120300111046

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing Utama



Ika Fitria, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIK. 2014058702242001

Mengetahui,

Ketua Jurusan



Cleoputri Al Yusainy, S.Psi., M.Psi., Ph.D

NIP. 197608232008122002



LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI PERBANDINGAN SOSIAL
DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA PENGGUNA INSTAGRAM**

SKRIPSI

Disusun Oleh:

Ulfa Kusuma Mufida

NIM. 145120300111046

Telah disetujui dan dinyatakan lulus dalam ujian sarjana

Pada tanggal **11 Juli 2018**

Tim Penguji


Ketua Majelis Sidang Penguji,


Ika Fitria, S.Psi., M.Psi., Psikolog


NIK. 2014058702242001

Ketua Penguji,

Anggota Penguji,


Dr. Intan Rahmawati, S.Psi., M.Si

NIK. 2008038210102001


Dr. Sumi Lestari, S.Psi., M.Si

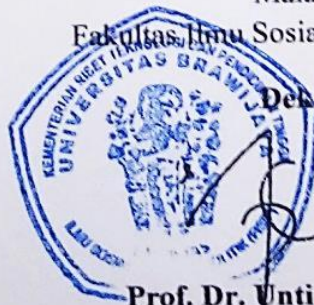
NIK. 2010088202172001

Malang,

15 AUG 2018

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Dehan,



Prof. Dr. Unti Ludigdo, Ak

NIP. 196908141994021001

LEMBAR ORISINALITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Ulfa Kusuma Mufida

NIM : 145120300111046

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA PENGGUNA INSTAGRAM” adalah benar-benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya yang dikutip dalam skripsi ini telah disebut sumber kutipan dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut dan sanksi lain sesuai dengan peraturan yang ditetapkan oleh Universitas Brawijaya.

Malang, 8 Agustus 2018

Yang membuat pernyataan,

METERAI
TEMPEL

A7045AFF199912898

6000
ENAM RIBURUPIAH

ULFA KUSUMA MUFIDA

NIM. 145120300111046

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas nikmat, hidayah serta karunia-Nya yang telah diberikan kepada penulis, sehingga laporan skripsi dengan judul “Hubungan antara Orientasi Perbandingan Sosial dengan Kesenian pada Remaja Pengguna Instagram” dapat penulis selesaikan dengan baik. Laporan ini disusun sebagai laporan tugas akhir untuk memenuhi persyaratan gelar sarjana. Dalam penulisan laporan ini, penulis telah banyak menerima bimbingan dan masukan serta pengetahuan di bidang Psikologi.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan skripsi ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, disampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Cleoputri Al Yusainy, Ph.D selaku ketua jurusan Psikologi Universitas Brawijaya yang telah memberikan kemudahan dalam proses penyelesaian laporan skripsi penulis.
2. Ibu Ika Fitria, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah memberikan masukan dan bimbingan kepada penulis.
3. Dosen-Dosen Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik yang telah memberikan dukungan, masukan dan membantu proses penelitian skripsi hingga selesai.
4. Keluarga Tercinta yang telah memberikan dukungan dan doa selama penulis mengerjakan skripsi hingga selesai.

5. Keluarga Besar Badan Riset Ilmu Sosial FISIP 2017/2018 yang telah memberikan dukungan, masukan dan membantu proses penelitian skripsi hingga selesai.
6. Edho Sandra Kissara yang telah memberikan masukan dan dukungan dalam proses penulisan skripsi.
7. Rekan-rekan sejawat (Nella, Tika, Nurra, Nunung, Fahrina, dan Martha) yang telah memberi dukungan, masukan dan membantu dalam proses skripsi.
8. Rekan-rekan penelitian payung (Amalia Citra M., Eko Riyaldi H. dan Puput Trisnawati) yang telah memberi dukungan dan membantu dalam penelitian skripsi.
9. Keluarga Besar Psikologi Universitas Brawijaya dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah bersedia membantu dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan pada penulisan berikutnya.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi pembaca.

Malang, Juli 2018

Penulis

ABSTRAK

**HUBUNGAN ANTARA ORIENTASI PERBANDINGAN SOSIAL
DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA PENGGUNA INSTAGRAM**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada remaja pengguna instagram. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale Version 3* dan skala (*Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure*) INCOM yang ditransadaptasi ke dalam Indonesia. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi Universitas Brawijaya berjumlah 192 orang. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian secara langsung. Sedangkan analisis korelasi berdasarkan dimensi menunjukkan adanya perbedaan korelasi pada dimensi variabel orientasi perbandingan sosial (*ability-based* dan *opinion-based*) dengan kesepian.

Kata kunci: *Kesepian, Orientasi Perbandingan Sosial, Pengguna Instagram, Remaja.*

ABTRACT

THE RELATHIONSHIP BETWEEN *SOCIAL COMPARISON ORIENTATION* WITH *LONELINESS* IN ADOLESCENT INSTAGRAM USERS

The purpose of this study was to determine the relationship between social comparison orientation with loneliness in adolescent instagram users. The research method used is quantitative method with correlational approach. The research instrument is UCLA Loneliness Scale Version 3 and IOWA-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) that was transadaptated into Indonesia. The sample in this research is Psychology student of Brawijaya University 192 people. The results of the study showed no association between social comparison orientation (SCO) and loneliness directly. Data analysis shows that social comparison orientation dimension, such as ability-based and opinion-based has different effect with loneliness.

Keywords: *Adolescent, Instagram User, Loneliness, Social Comparison Orientation.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	2
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	3
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR ORISINALITAS SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	6
ABSTRAK	8
ABTRACT	9
DAFTAR ISI	10
DAFTAR TABEL	13
DAFTAR LAMPIRAN	14
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Manfaat Teoritis	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat Praktis	Error! Bookmark not defined.
E. Penelitian Terdahulu	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Kesepian	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Kesepian	Error! Bookmark not defined.
2. Faktor-Faktor Sifat yang Mempengaruhi Kesepian..	Error! Bookmark not defined.
3. Bentuk Kesepian	Error! Bookmark not defined.
4. Kesepian pada Remaja	Error! Bookmark not defined.
B. Orientasi Perbandingan Sosial	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Orientasi Perbandingan Sosial	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan Perbandingan Sosial	Error! Bookmark not defined.
3. Dimensi Orientasi Perbandingan Sosial	Error! Bookmark not defined.
4. Orientasi Perbandingan Sosial pada Remaja	Error! Bookmark not defined.

C. Hubungan Orientasi Perbandingan Sosial dengan Kesenjangan pada Remaja	Error! Bookmark not defined.
E. Kerangka Berpikir.....	Error! Bookmark not defined.
F. Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
1. Kesenjangan.....	Error! Bookmark not defined.
2. Orientasi Perbandingan Sosial	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel ...	Error! Bookmark not defined.
1. Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Sampel	Error! Bookmark not defined.
3. Teknik Pengambilan Sampel	Error! Bookmark not defined.
E. Metode Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
1. Data.....	Error! Bookmark not defined.
2. Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Pengujian Alat Ukur.....	Error! Bookmark not defined.
1. Validitas	Error! Bookmark not defined.
2. Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
G. Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Persiapan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2. Pelaksanaan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
H. Metode Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
1. Uji Asumsi	Error! Bookmark not defined.
2. Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil.....	Error! Bookmark not defined.
1. Deskripsi Data.....	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis Deskriptif	Error! Bookmark not defined.
3. Kategorisasi Skor	Error! Bookmark not defined.
B. Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.

1. Hasil Uji Asumsi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Hasil Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
3. Hasil Analisis Tambahan	Error! Bookmark not defined.
C. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
D. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

Tabel 1. *Blue Print* Skala Orientasi Perbandingan Sosial Sebelum *Tryout* ... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2. *Blue Print* Skala *Loneliness* Sebelum *Tryout* **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. *Blue Print* Skala Orientasi Perbandingan Sosial Setelah *Tryout* **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. *Blue Print* Skala Kesepian Setelah *Tryout* **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 6. Gambaran Subyek Berdasarkan Usia **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 7. Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 8. Kategorisasi Skor Orientasi Perbandingan Sosial.. **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 9. Kategorisasi Skor Kesepian **Error! Bookmark not defined.**

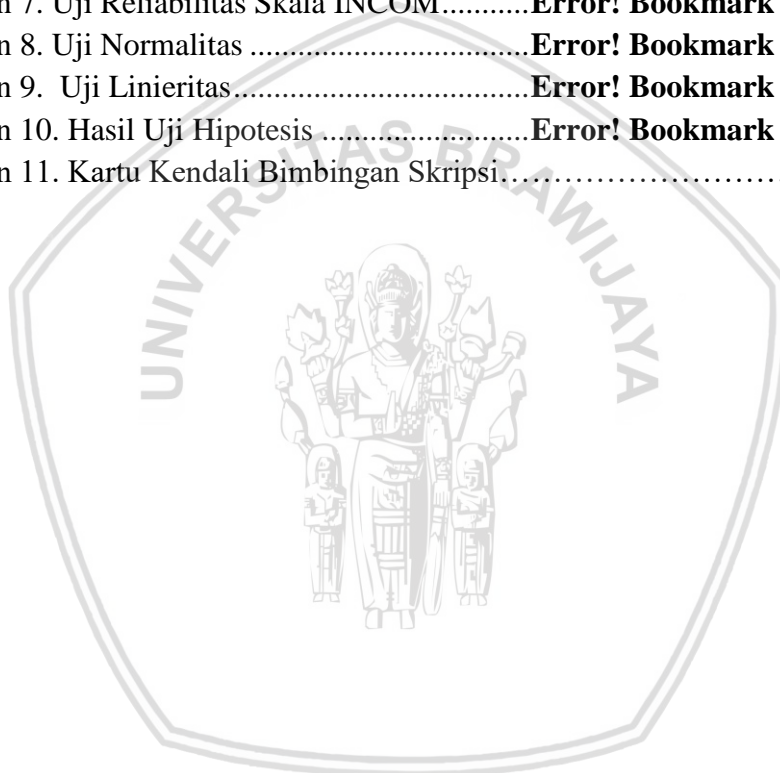
Tabel 10. Pengelompokan Skor Kesepian Berdasarkan Tingkat Orientasi Perbandingan Sosial **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 11. Hasil Uji Normalitas **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 12. Hasil Uji Linieritas **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Data Tambahan	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Skala UCLA Versi 3	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Skala INCOM	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Skala UCLA Versi 3	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5. Hasil Uji Reliabilitas Skala UCLA Versi 3	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Uji Validitas Skala INCOM	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7. Uji Reliabilitas Skala INCOM	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8. Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9. Uji Linieritas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10. Hasil Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11. Kartu Kendali Bimbingan Skripsi	65



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Situs jejaring sosial (*social networking sites*) tidak pernah lepas dari perkembangan teknologi pada era globalisasi. Salah satu situs jejaring sosial yang berkembang pesat pada saat ini adalah instagram. Indonesia menjadi salah satu negara dengan pengguna instagram terbanyak. Menurut Paul Webster (2016), selaku kepala pengembangan *brand* instagram, terdapat sekitar 400 juta pengguna aktif secara global yang minimal menggunakan instagram satu minggu sekali, yaitu pada rentang usia 18-24 tahun sebanyak 59% dan usia 25-30 tahun sebanyak 30% (Mailanto, 2016).

Instagram merupakan situs jejaring sosial yang digunakan para penggunanya untuk berbagi video, foto dan berbagai karya yang diunggah dan dibagikan dalam bentuk visual secara pribadi maupun publik (Mittal, Kaul, Gupta, & Arora, 2017). Data dari Taylor Nelson Sofres (TNS), perusahaan analisis dan riset di Inggris mengungkapkan bahwa terdapat beberapa fakta yang berkaitan dengan aktivitas individu dalam menggunakan instagram, 97% dari pengguna menuliskan komentar (*comment*) dan menandai (*tag*) teman-temannya dalam komentar, 97% menggunakan instagram untuk mencari

informasi secara detail, 85% pengguna instagram mengunggah dan membagikan foto, video pada media sosial lainnya, serta 45% pengguna melakukan jual-beli di instagram (Wijaya, 2016).

Instagram selalu memberikan kemudahan bagi penggunanya dengan berbagai fitur yang ditawarkan. Menurut TNS (2016), ada beberapa hal yang menarik minat masyarakat Indonesia dalam menggunakan instagram, antara lain kemudahan dalam mencari informasi, mencari inspirasi, berbagi pengalaman, berita populer terbaru, dan membantu memperluas bisnis (Wijaya, 2016). Berbagai fitur yang ditawarkan tidak hanya memberikan fasilitas positif bagi penggunanya, namun juga menimbulkan beberapa dampak negatif. Salah satu dampak negatif dari penggunaan instagram adalah timbulnya masalah psikologis pada penggunanya (Anna, 2017).

Survei yang dilakukan oleh *Royal Society for Public Health* pada 1479 remaja dan orang dewasa awal di Inggris menilai beberapa *platform* media sosial berdasarkan dampak penggunaannya. Responden diminta untuk menjawab pengaruh beberapa media sosial pada kesehatan fisik dan mental. Hasil dari survei menunjukkan bahwa youtube menjadi media sosial yang dinilai paling tinggi dalam menyediakan akses informasi yang menyehatkan. Di sisi lain, instagram dianggap sebagai media sosial yang paling buruk bagi kesehatan mental para penggunanya (Cramer, 2017).

Pengguna instagram cenderung mendapatkan tekanan psikologis saat menggunakan instagram. Penggunaan instagram memberikan beberapa dampak bagi penggunanya, antara lain tingkat kecemasan yang tinggi, kurangnya waktu tidur, depresi, *bullying*, dan FOMO (fobia ketinggalan berita

di jejaring sosial) . Dampak-dampak tersebut cenderung meningkatkan level depresi, kecemasan dan kesepian (Anna, 2017), terlebih jika hal itu dialami oleh remaja yang lebih banyak menggunakan instagram (Mailanto, 2016). Pada masa remaja, individu seharusnya menghabiskan sebagian waktunya untuk menjalin hubungan sosial yang hangat dengan teman sebaya agar dapat meningkatkan kesadaran nilai-nilai sosial dan *self-presentation*. Individu tersebut diharapkan bisa menstabilkan hubungan mereka dengan orang tua dan teman sebayanya. Hal ini ditujukan untuk mendapatkan identitas diri dan kesadaran berhubungan sosial serta untuk mengurangi adanya rasa kesepian (Clerkin, Smith, & Hames, 2013).

Menurut Russell (1996), kesepian atau *loneliness* adalah adanya kepribadian dinamis yang menentukan perilaku atau sikap individu dan cara berpikir yang berhubungan dengan kehidupan sosial (Nirbaningtyas & Aniza, 2017). Kesepian juga merupakan keadaan tidak menyenangkan secara emosional yang diakibatkan oleh adanya hubungan sosial pada individu. Kesepian terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara apa yang diinginkan dan diterima dari suatu hubungan sosial (Yang C.-c. , 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Perlman (Nirbaningtyas & Aniza, 2017) menyebutkan bahwa remaja akhir menghabiskan sebagian besar waktunya untuk sendirian dan cenderung merasa kesepian. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Heinrich & Gullone (2014), pada masa remaja akhir, khususnya yang telah memasuki perkuliahan, individu akan lebih banyak melakukan aktivitas di luar rumah, bahkan sebagian besar harus

melakukan perpindahan sosial, seperti tinggal di kos. Hal ini menyebabkan remaja akhir cenderung merasa kesepian (Nirbaningtyas & Aniza, 2017).

Kesepian mempunyai pengaruh penting dalam kesehatan mental dan kematian (Yang C.-c. , 2016). Terdapat beberapa penelitian yang menyatakan adanya pengaruh kesepian pada kesehatan mental yang memiliki kemungkinan besar untuk berujung pada kematian. Penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2004) menunjukkan bahwa salah satu faktor penyebab penyalahgunaan narkoba pada remaja adalah kesepian. Penyalahgunaan narkoba sendiri mempunyai resiko besar bagi masa depan penggunanya (Siregar, 2004). Selain itu, kesepian juga memiliki hubungan yang signifikan dengan ide bunuh diri pada individu normal. Hal ini ditunjukkan pada penelitian yang dilakukan oleh Stravynski dan Boyer (2001), sebanyak 24,7% individu yang mempunyai tingkat kesepian tinggi cenderung memiliki ide untuk melakukan bunuh diri. Semakin tinggi rasa kesepian individu tersebut, maka semakin tinggi pula keinginan individu untuk melakukan bunuh diri (Stravynski & Boyer, 2001).

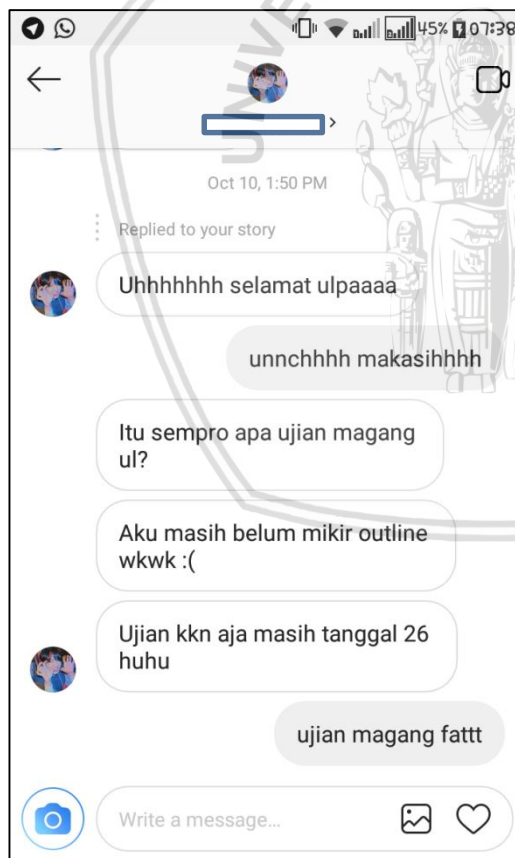
Salah satu penyebab kesepian adalah penggunaan situs jejaring sosial atau internet. Kesepian sering dikaitkan dengan adanya peningkatan penggunaan internet. Hubungan sosial yang semula dilakukan secara langsung (*offline*) berubah menjadi *online*. Kurangnya interaksi sosial secara langsung dengan lingkungan cenderung menjadikan individu menarik diri dari lingkungan sosialnya dan merasa kesepian (Martin & Schumacher, 2003). Situs jejaring sosial yang sering digunakan juga akan menimbulkan dampak bagi penggunanya, salah satunya adalah FOMO (*Fear of Missing Out*), yaitu rasa takut berlebihan ketika tidak menggunakan media sosial karena tidak

mendapatkan informasi *terupdate* (Anna, 2017). FOMO yang dialami individu menjadi salah satu penyebab timbulnya rasa kesepian dalam penggunaan situs jejaring sosial (Barry, Sidoti, Briggs, Reiter, & Lindsey, 2017).

Kesepian pada penggunaan situs jejaring sosial tidak hanya disebabkan oleh adanya FOMO yang dialami penggunanya. Kesepian juga dapat disebabkan oleh interaksi yang dilakukan antar penggunanya. Salah satu situs jejaring sosial yang populer saat ini adalah instagram. Penelitian yang dilakukan oleh Yang (2016) menyatakan bahwa interaksi yang dilakukan di instagram akan cenderung menambah tingkat kesepian penggunanya (Yang C.-c. , 2016). Penggunaan instagram yang mempunyai konten visual sebagai konten utama, juga sangat rentan dengan munculnya sifat membanding-bandingkan (*social comparison orientation*) pada penggunanya (Lee, 2014).

Menurut Gibbons dan Buunk (1999), *social comparison orientation* atau orientasi perbandingan sosial adalah pola kecenderungan individu untuk membandingkan dirinya dan orang lain. Hal yang dibandingkan antara lain prestasi, situasi dan pengalaman seseorang dengan orang lain (Taylor, Peplau, & Sears, 2009). Orientasi perbandingan sosial dikembangkan berdasarkan teori perbandingan sosial (*social comparison*) dari Festinger. Festinger menjelaskan bahwa perbandingan sosial merupakan proses alami yang terjadi pada individu ketika menilai dirinya kurang memiliki kriteria objektif untuk menilai kemampuan dan pendapat mereka. Individu akan cenderung menggunakan kriteria dengan membandingkan apa yang ada pada dirinya dan orang lain. Hal ini terlihat ketika individu membandingkan dirinya dengan orang di atasnya untuk meningkatkan diri, begitu juga sebaliknya (Yang C.-c. , 2016).

Instagram merupakan salah satu wadah yang cenderung mendorong seseorang untuk melakukan perbandingan sosial (Barry et al., 2017). Hal ini dikarenakan instagram memiliki konten visual, berupa foto dan video sebagai media utama (Lee, 2014). Mudahnya akses pengguna instagram dalam melihat postingan orang lain semakin menambah dorongan untuk individu melakukan perbandingan sosial sehingga orientasi perbandingan sosial yang dimiliki individu semakin tinggi. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Pempek et al. (2009), individu cenderung mengamati orang lain melalui situs jejaring sosial secara tidak sengaja maupun sengaja meskipun tidak disertai interaksi sebelumnya (Pempek, Yermolayeva, & Calvert, 2009).



Gambar 1. Bukti Empiris Perbandingan Sosial di Instagram

Perbandingan sosial berawal dari pemenuhan kebutuhan akan evaluasi diri atau penilaian diri. Individu cenderung memperoleh informasi diri atau konsep diri dari orang lain karena tidak adanya tolak ukur yang objektif. Individu cenderung ingin memperoleh gambaran tentang dirinya, gambaran tersebut dapat berupa gambaran positif maupun gambaran negatif (Sarwono & Meinarno, 2012). Hasil dari perbandingan sosial juga bergantung pada sumber informasi yang menjadi pembanding. Sumber informasi dapat diperoleh dengan luas menggunakan situs jejaring sosial, terutama instagram yang dapat dilihat secara bebas.

Instagram menyajikan konten berbentuk visual yang dapat diunggah dan dilihat oleh orang secara luas. Konten tersebut sering memuat gaya hidup sebagai *self-presentation* individu. Namun penelitian yang dilakukan oleh Fox & Vendemia (2016) mengungkapkan bahwa sebagian besar konten yang diunggah di instagram bukan merupakan cerminan dalam kehidupan nyata. Sebagian besar orang lebih cenderung menambah atau mengurangi apa yang dialami dalam kehidupan nyata ketika mengunggah di instagram (Fox & Vendemia, 2016). Hal ini didukung dengan penelitian dari RSPH (*Royal Society for Public Health*) pada remaja di Inggris bahwa instagram cenderung memperburuk kesehatan mental penggunaanya karena potensinya dalam memberikan kesempatan untuk melakukan perbandingan sosial, terutama terkait gaya hidup dan *self-presentation* (Cramer, 2017).

Perbandingan sosial yang dilakukan individu dalam menggunakan instagram dapat menimbulkan berbagai penilaian. Perbandingan sosial yang sering dilakukan berkaitan dengan foto, status, dll (Ozimek & Bierhoff, 2016).

Selain itu, individu juga membandingkan jumlah teman, jumlah *likes*, dan jumlah komentar (Appel, Gerlach, & Crusius, 2016) di instagram melalui *browsing*, *interaction* dan *broadcasting* dengan pengguna lainnya (Yang C.-c., 2016). Penilaian diri yang negatif cenderung akan menjadikan individu mengalami kesenjangan sosial, penolakan teman sebaya dan ketidakpuasan dalam berhubungan sosial dengan orang lain, sehingga individu cenderung menarik diri dari lingkungan sosial (Nirbaningtyas & Aniza, 2017) dan cenderung kesepian (Park & Baek, 2018).

Dampak negatif dari perbandingan sosial akan semakin tinggi jika orientasi dan intensitas perbandingan sosial yang dilakukan juga tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh White et al. (2006) menunjukkan bahwa perbandingan sosial dapat menimbulkan perasaan iri, bersalah, penyesalan dan emosi negatif (White, Langer, Yariv, & Welch, 2006). Selain itu, kecenderungan seseorang untuk terus mencari informasi dan melakukan perbandingan sosial juga dapat menimbulkan depresi (Gibbons & Buunk, 1999).

Penelitian yang dilakukan oleh Yang (2016) tentang aktivitas penggunaan situs jejaring sosial dan kesepian pada pengguna instagram mengungkapkan bahwa interaksi sosial yang dilakukan di instagram memiliki hubungan dengan rendahnya kesepian jika individu memiliki orientasi perbandingan sosial yang rendah. Semakin rendah orientasi perbandingan maka akan berpengaruh pada rendahnya tingkat kesepian individu. Pada penelitian tersebut, orientasi perbandingan sosial berperan sebagai variabel moderator

antara variabel aktivitas penggunaan instagram dan kesepian (Yang C.-c. , 2016).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik mengambil penelitian dengan judul “Hubungan antara Orientasi Perbandingan Sosial dengan Kesepian pada Remaja Pengguna Instagram” untuk mencoba menemukan ada atau tidaknya hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada individu yang memasuki usia remaja akhir dan menggunakan instagram.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik rumusan masalah, yaitu apakah terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada remaja pengguna instagram?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada remaja pengguna instagram.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi, berupa wawasan dan pengetahuan pada disiplin ilmu psikologi.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi pada penelitian-penelitian yang berkaitan dengan perbandingan sosial dan kesepian, khususnya dalam penggunaan instagram.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pemahaman dan informasi kepada pembaca mengenai aktivitas dalam media sosial, khususnya instagram. Sehingga diharapkan mampu mencegah dan mengurangi dampak-dampak negatif dari penggunaan instagram.

E. Penelitian Terdahulu

1. *Instagram Use, Loneliness, and Social Comparison Orientation: Interact and Browse on Social Media, But Don't Compare* yang dilakukan oleh Chia-chen Yang pada Jurnal *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, volume 19, tahun 2016. Penelitian kuantitatif ini menjelaskan bahwa orientasi perbandingan sosial dan kesepian memiliki hubungan, namun orientasi perbandingan sosial menjadi variabel moderator antara aktivitas penggunaan instagram dengan kesepian. Interaksi yang dilakukan di instagram memiliki hubungan dengan rendahnya kesepian jika individu memiliki orientasi perbandingan sosial yang rendah pula.
2. Pengaruh *Loneliness* terhadap *Subjective Well Being* di Kalangan Dewasa Awal Mahasiswa Universitas Paramadina oleh R. B. Nirbaningtyas & Nur Aniza pada Jurnal *Cyberpsychology dan Literasi Informasi*, volume 2, tahun 2017. Penelitian kuantitatif ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh

keseharian terhadap *subjective well being* pada kalangan dewasa awal di Universitas Paramadina. Penelitian ini menunjukkan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi kenaikan keseharian, yaitu dukungan sosial, harga diri dan rasa malu. Faktor-faktor tersebut menimbulkan *subjective well being* yang rendah karena timbulnya pengalaman negatif dari keseharian.

3. *Social Comparison on Facebook: Its Antecedents and Psychological Outcomes* oleh Kyungeun Jang, Namkee Park & Hayeon Song. Jurnal Computers in Human Behavior, volume 62, tahun 2016. Penelitian ini menjelaskan bahwa penggunaan facebook belum memiliki hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental, namun perbandingan sosial pada facebook mempunyai hubungan negatif dengan kesehatan mental penggunanya. Semakin tinggi orientasi perbandingan sosial yang dilakukan di facebook, maka akan semakin rendah kesehatan mental penggunanya.
4. *Loneliness Smartphone Users in Term of Gender Differences in Class XI Students of SMAN 9 Semarang* oleh Yuli Triwidodo & Endah Kumala Dewi. Jurnal Psikologi, volume 1, tahun 2012. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh perbedaan gender dengan rasa keseharian pada pengguna *smartphone*. Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa tidak ada pengaruh gender baik laki-laki maupun perempuan dengan rasa keseharian dalam menggunakan *smartphone*.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kesepian

1. Definisi Kesepian

Loneliness atau kesepian berkaitan erat dengan hubungan sosial antara individu dengan lingkungan sekitar. Menurut Perlman & Peplau (1981), kesepian adalah pengalaman tidak menyenangkan ketika seseorang menjalin hubungan sosial dengan orang lain dikarenakan adanya ketidakpuasan (Park & Baek, 2018). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hawkley & Cacioppo (2010), kesepian adalah persepsi yang disertai perasaan sedih dikarenakan adanya kebutuhan sosial yang belum terpenuhi secara kuantitas dan kualitas pada hubungan individu dengan orang lain (Nirbaningtyas & Aniza, 2017). Sedangkan menurut Russell (1996), kesepian adalah adanya kepribadian dinamis yang menentukan perilaku atau sikap individu dan cara berpikir yang berhubungan dengan kehidupan sosial (Nirbaningtyas & Aniza, 2017). Keadaan tersebut disebabkan oleh tidak adanya kelekatan pada hubungan sosial dikarenakan kegagalan individu dalam berintegrasi secara sosial.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah keadaan tidak menyenangkan yang bersifat dinamis dikarenakan tidak adanya kepuasan dan kurang terpenuhinya kebutuhan secara kualitas dan kuantitas dalam kelekatan hubungan sosial.

2. Faktor-Faktor Sifat yang Mempengaruhi Kesepian (Nirbaningtyas & Aniza, 2017)

Perlman & Peplau (1981) menjelaskan bahwa ada tiga faktor sifat yang dapat mempengaruhi individu mengalami kesepian, antara lain:

- a. *Shyness* atau rasa malu, yaitu perasaan takut untuk menampilkan diri atau melakukan interaksi sosial di lingkungan sekitarnya. Perasaan malu di lingkungan sosialnya akan cenderung menyebabkan individu antisosial dan kesepian.
- b. *Self-esteem* atau harga diri, yaitu penilaian individu terhadap hasil analisa yang ingin dicapai dan seberapa jauh perilaku memenuhi atribut ideal. Ketidaksesuaian penilaian yang dilakukan akan menurunkan harga diri yang dapat meningkatkan kesepian.
- c. *Similarity* atau kesamaan, yaitu kemiripan bentuk atau persamaan keadaan yang dialami dengan orang di sekitarnya. Rendahnya *similarity* atau perasaan berbeda etnik, rasa tau agama akan menyebabkan individu mengalami kesepian.

3. Bentuk Kesepian

Menurut Weiss (Santrock, 2003), kesepian dibagi menjadi dua bentuk, antara lain:

- a. Isolasi emosional

Isolasi emosional adalah keadaan kesepian yang muncul akibat tidak adanya hubungan intim pada seseorang. Misalnya, seorang duda atau seorang dewasa yang belum memiliki pasangan.

b. Isolasi sosial

Isolasi sosial adalah keadaan yang muncul akibat tidak adanya integrasi antara dirinya dan kelompok atau lingkungan masyarakat baik itu secara kebersamaan, minat aktivitas atau peran yang diberikan. Bentuk ini memungkinkan seseorang untuk cenderung merasa bosan, diasingkan dan cemas.

4. Kesepian pada Remaja

Menurut Erik Erikson, masa remaja merupakan masa bagi manusia untuk mencari identitas diri sebagai identitas yang akan berlanjut pada periode berikutnya. Selain untuk mengeksplorasi identitas, masa remaja, khususnya masa remaja akhir merupakan masa dimana individu mulai menentukan minat karir dan menjalin hubungan lebih intim dengan individu lainnya (Santrock, 2007).

Perkembangan teknologi dan munculnya internet mengubah pola interaksi langsung menjadi tidak langsung atau secara *online*. Beberapa situs jejaring sosial dapat digunakan sebagai alat komunikasi yang tujuan awalnya untuk menjalin hubungan jarak jauh. Namun komunikasi secara *online* sering menjadi penghambat hubungan sosial individu di lingkungan *realnya*. Kesulitan individu dalam berhubungan sosial atau adanya penarikan diri dari lingkungan sosial cenderung menyebabkan individu tersebut mengalami kesepian (Nirbaningtyas & Aniza, 2017). Selain itu, kurangnya interaksi secara langsung juga dapat menyebabkan individu merasa kesepian (Martin & Schumacher, 2003).

Jumlah individu yang mengalami kesepian meningkat pada masa remaja, terutama masa remaja akhir. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Perlman (Nirbaningtyas & Aniza, 2017) bahwa pada usia remaja akhir individu cenderung untuk menghabiskan waktu sendiri dan merasa kesepian.

B. Orientasi Perbandingan Sosial

1. Definisi Orientasi Perbandingan Sosial

Menurut Gibbons dan Buunk (1999), *social comparison orientation* atau orientasi perbandingan sosial adalah pola kecenderungan individu untuk membandingkan dirinya dan orang lain. SCO berawal dari teori *social comparison* (teori perbandingan sosial) milik Festinger (Yang C.-c. , 2016). Menurut Festinger (1954), perbandingan sosial adalah sikap membandingkan diri dengan orang lain sebagai pengetahuan diri atas seberapa besar kualitas dan kemampuan tanpa adanya informasi yang bersifat objektif (Taylor et al., 2009). Festinger berpendapat bahwa individu akan lebih cenderung membuat penilaian diri yang akurat terhadap level kemampuan dan sikap mereka sendiri. Hal ini memungkinkan individu untuk melakukan perbandingan diri dengan orang lain yang setara (Taylor et al., 2009).

Menurut Baron, Byrne & Branscombe (2006), akan cenderung melakukan perbandingan sosial untuk mengetahui seberapa buruk atau seberapa baik dirinya (Sarwono & Meinarno, 2012). Festinger (1954) berpendapat bahwa untuk mengetahui konsep dirinya, seseorang akan

cenderung menjadikan orang lain sebagai sumber informasi karena tidak adanya patokan objektif dalam penilaian (Taylor et al., 2009). Baumeister (1998) menjelaskan bahwa motif dasar seseorang melakukan perbandingan sosial bukan untuk memperoleh gambaran yang akurat tentang dirinya, melainkan memperoleh gambaran positif tentang dirinya (Sarwono et al., 2012). Untuk memperoleh gambaran positif tentang dirinya, individu akan cenderung membandingkan dirinya dengan orang yang setara (misalnya: berjenis kelamin sama, mempunyai tingkat ekonomi yang sama, mempunyai pekerjaan di bidang yang sama, dll). Sebaliknya, individu akan cenderung menghindari perbandingan sosial dengan orang-orang yang status sosialnya lebih tinggi untuk mengurangi adanya hasil penilaian yang tidak diharapkan sehingga dapat mempertahankan harga dirinya (Sarwono et al., 2012).

Dewasa ini, teori perbandingan milik Festinger telah berkembang, terlebih pada aspek cakupan teori. Individu melakukan perbandingan sosial tidak hanya pada kemampuan dan opininya, namun juga pada aspek emosi, personalitas, dan beberapa aspek lain, seperti penghasilan dan prestasi. Hal ini dapat dilihat pada individu yang menggunakan instagram. Individu yang melihat postingan orang lain akan cenderung menimbulkan perbandingan sosial. Misalnya, jika individu menganggap pasangan yang dimilikinya lebih baik dari pasangan orang lain maka hasil dari perbandingan ini akan mempengaruhi komitmen pada hubungan individu tersebut. Adanya rasa ketidakpuasan atau menurunnya komitmen juga akan menurunkan kualitas hubungan individu tersebut (Taylor et al., 2009).

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa orientasi perbandingan sosial adalah kecenderungan seseorang untuk melakukan penilaian diri melalui perbandingan kemampuan dan opini dengan orang lain tanpa adanya atribut secara objektif.

2. Tujuan Perbandingan Sosial

Menurut Festinger (1954), tujuan dari perbandingan sosial adalah akurasi. Perkembangan teori perbandingan sosial lebih banyak menentang pendapat Festinger tersebut. Perbandingan sosial saat ini lebih dipengaruhi oleh adanya tujuan dan motif. Motif dalam perbandingan sosial secara umum sama dengan motif dalam mengatur diri (Taylor et al., 2009). Beberapa motif perbandingan sosial dijelaskan sebagai berikut:

a. Evaluasi Diri yang Akurat

Motif ini sesuai dengan teori milik Festinger bahwa individu cenderung menginginkan informasi yang akurat tentang dirinya sebagai bahan penilaian diri. Misalnya, perbandingan seorang mahasiswa dalam mengerjakan skripsi ketika melihat foto seminar proposal mahasiswa lain di Instagram. Hal ini dapat memotivasi mahasiswa tersebut dalam mengerjakan skripsi dengan usaha yang lebih keras atau bahkan patah semangat. Secara keseluruhan, individu lebih percaya jika informasi atau tanggapan yang diberikan berbanding lurus dengan atribut pada dirinya yang stabil, seperti kemampuan atau pendidikan. Sebaliknya, individu kurang percaya jika informasi atau tanggapan yang diberikan berhubungan dengan atribut pada dirinya yang kurang stabil (Mussweiler, Gabriel, & Bodenhausen, 2000).

b. *Self-Enhancement*

Motif lain dalam melakukan perbandingan sosial adalah *self-enhancement* atau kecenderungan seseorang untuk terlihat lebih menonjol dibandingkan orang lain (Taylor et al., 2009).

c. Perbaikan Diri

Individu terkadang akan melakukan perbandingan sosial terhadap orang lain yang lebih sukses (Taylor et al., 2009). Hal ini berbeda dengan asumsi Festinger bahwa individu akan cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang setara dengannya. Misalnya, wanita yang membandingkan penampilannya dengan artis di instagram, wanita yang suka mengandalkan penampilannya cenderung akan merasa rendah diri. Menurut Looockwood & Kunda (1997), dampak dari perbandingan sosial tersebut bergantung pada pemahaman individu mengenai standar kesuksesan. Inspirasi timbul dari pemahaman individu pada standar sukses yang dapat diraihinya, sedangkan patah semangat timbul akibat pemahaman individu pada standar sukses di luar kemampuannya (Taylor et al., 2009).

d. Pemahaman Komuni

Menurut Stapel & Kooman (2001), perbandingan sosial dilakukan individu dengan membandingkan karakteristik dirinya dan orang lain. Individu biasanya memandang atribut miliknya berbeda dengan orang lain. Selain itu, individu juga sering membandingkan perasaan atau reaksi orang lain dalam situasi yang sama (Taylor et al., 2009). Misalnya, setelah bencana gempa bumi di suatu wilayah, individu

membandingkan reaksi dirinya dengan orang-orang di sekitarnya melalui foto atau video yang dibagikan di Instagram. Tujuannya bukan untuk mengevaluasi rasa takut, namun lebih kepada memunculkan rasa solidaritas dengan orang yang senasib.

Sedangkan untuk meningkatkan kebersamaan dan solidaritas, individu akan lebih memilih perbandingan horizontal atau perbandingan sosial dengan orang lain yang setara (Taylor et al., 2009). Perbandingan sosial tidak selalu berarti sebagai keinginan individu untuk memahami atau memperkuat atribut individual namun juga berarti keinginan untuk peduli, berbagi dan berhubungan dengan orang lain. (Taylor et al., 2009)

3. Dimensi Orientasi Perbandingan Sosial

Menurut Gibbons dan Buunk (1999), orientasi perbandingan sosial dibagi menjadi dua dimensi (Park & Baek, 2018), antara lain:

a. Berdasarkan Kemampuan (*ability-based*)

Dimensi orientasi perbandingan sosial yang pertama adalah *ability-based*. Seseorang cenderung melakukan perbandingan sosial dalam lingkup kemampuan atau sesuatu yang dimilikinya dengan apa yang dimiliki oleh orang lain. Misalnya, mahasiswa yang membandingkan waktu pencapaian gelar S.Psi dengan mahasiswa seangkatannya dengan melihat foto yang diunggah di akun instagramnya.

b. Berdasarkan Opini (*opinion-based*)

Dimensi orientasi perbandingan sosial yang kedua adalah *opinion-based*. Seseorang cenderung membandingkan apa yang orang lain pikirkan (respon yang diberikan) terhadap situasi yang sama

dengannya. Misalnya, mahasiswa melihat instagram stories teman seangkatannya untuk melihat responnya terhadap pengerjaan skripsi dengan *deadline* yang sama.

4. Orientasi Perbandingan Sosial pada Remaja

Masa remaja, khususnya remaja akhir merupakan masa dimana individu ingin mengeksplorasi diri sebagai bentuk pencarian identitas. Identitas ini berperan untuk menentukan minat karir dan peran dalam hubungan sosial di masyarakat (Santrock, 2007). Dewasa ini, remaja menggunakan situs jejaring sosial sebagai sarana untuk mengeksplorasi diri dan menjalin hubungan sosial, salah satunya instagram. Remaja merupakan pengguna instagram terbanyak dibandingkan dengan rentang usia lainnya (Anna, 2017).

Instagram menyediakan konten berbentuk visual sebagai media utama yang dapat dilihat secara bebas. Hal ini cenderung mendorong remaja untuk melakukan perbandingan sosial (Lee, 2014). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rubble (Santrock, 2007) menunjukkan bahwa orientasi perbandingan sosial cenderung meningkat pada masa remaja. Individu cenderung melakukan perbandingan sosial terkait jumlah teman, jumlah *likes* dan jumlah komentar di akun situs jejaring sosialnya (Ozimek & Bierhoff, 2016). Selain itu, perbandingan sosial yang dilakukan di situs jejaring sosial juga terkait *image-oriented*, yaitu foto atau gambar yang diunggah penggunanya (Appel et al., 2016).

C. Hubungan Orientasi Perbandingan Sosial dengan Kesenjangan pada Remaja

Orientasi perbandingan sosial cenderung meningkat pada individu di masa remaja (Rubble dalam Santrock, 2007), terutama yang dilakukan melalui Instagram dengan dominasi penggunaannya adalah remaja akhir (Mailanto, 2016). Instagram menyediakan konten foto, video dan beberapa konten berbentuk visual bagi para penggunaannya yang tidak menutup kemungkinan terjadinya perbandingan sosial (Lee, 2014). Individu dapat membandingkan prestasi, status sosial, situasi maupun pengalaman dirinya dengan orang lain melalui beberapa konten yang tersedia di Instagram.

Individu yang menggunakan media sosial sebagai sumber informasi dalam perbandingan sosial dapat memilih konten atau sumber informasi yang dia inginkan. Individu dapat memilih secara bebas konten yang lebih baik atau lebih buruk menggunakan media sosial. Individu yang melakukan perbandingan sosial dengan orang lain yang lebih baik di media sosial cenderung akan meningkatkan potensi diri, namun juga akan menimbulkan lebih banyak pengaruh negatif pada individu tersebut, yaitu perasaan iri (Ven, Zeelenberg, & Pieters, 2011) dan rendahnya harga diri (Smith, 2000). Begitu juga sebaliknya, jika individu melakukan yang melakukan perbandingan sosial dengan orang lain yang lebih buruk cenderung akan menimbulkan banyak pengaruh yang positif, namun akan lebih sulit untuk mengembangkan potensi diri (Smith, 2000).

Orientasi dan intensitas perbandingan sosial yang dilakukan individu juga dapat memberikan beberapa pengaruh negatif. Penelitian yang dilakukan oleh White et al. (2016) menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas individu

dalam melakukan perbandingan sosial maka akan menimbulkan perasaan bersalah, iri, penyesalan dan emosi negatif (White et al., 2016). Selain itu, perbandingan sosial dilakukan untuk mengevaluasi diri yang tidak lepas dari adanya penilaian diri. Penilaian diri yang negatif cenderung akan menjadikan individu mengalami kesenjangan sosial, penolakan teman sebaya dan ketidakpuasan dalam berhubungan sosial dengan orang lain, sehingga individu cenderung menarik diri dari lingkungan sosial (Nirbaningtyas & Aniza, 2017) dan cenderung kesepian (Park & Baek, 2018).

E. Kerangka Berpikir



Bagan 1. Kerangka Berpikir

Instagram merupakan salah satu situs jejaring sosial yang populer. Instagram memiliki konten utama berbentuk visual, termasuk foto dan video yang dapat diakses secara bebas oleh penggunanya. Hal ini memungkinkan penggunanya untuk melakukan perbandingan sosial (Lee, 2014), terutama pada usia remaja yang merupakan mayoritas pengguna instagram (Mailanto, 2016) dan usia yang rentan untuk melakukan perbandingan sosial (Santrock, 2007). Motif dasar dalam perbandingan sosial adalah untuk memperoleh konsep diri atau gambaran tentang diri (Sarwono & Meinarno, 2012). Sumber informasi yang digunakan adalah orang lain karena tidak adanya kriteria yang objektif (Taylor et al., 2009). Seseorang dapat memperoleh gambaran yang positif dan negatif bergantung pada sumber informasi yang menjadi tolak ukur

perbandingannya. Gambaran yang positif cenderung akan meningkatkan harga diri seseorang, sedangkan gambaran yang negatif cenderung akan menurunkan harga dirinya (Sarwono & Meinarno, 2012). Harga diri merupakan salah satu aspek yang mempengaruhi terjadinya kesepian pada individu (Nirbaningtyas & Aniza, 2017). Semakin besar orientasi perbandingan sosial yang dilakukan individu cenderung akan menimbulkan dampak negatif, antara lain emosi negatif, perasaan iri, penyesalan, dan depresi (White et al., 2006). Hal-hal tersebut dapat menurunkan harga diri dan cenderung menjadikan individu merasa kesepian (Ven, et al., 2011).

F. Hipotesis

Berdasarkan uraian teoritis di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha : Terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian.

H0 : Tidak terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian yang berjudul “Hubungan antara Orientasi Perbandingan Sosial dengan Kesepian pada Remaja Pengguna Instagram” ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk melihat korelasi atau hubungan faktor satu atau lebih dengan faktor lainnya.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Variabel Bebas (X) : Orientasi perbandingan sosial
2. Variabel Terikat (Y) : Kesepian

C. Definisi Operasional

1. Kesepian

Kesepian merupakan kecenderungan seseorang untuk mempunyai perasaan tidak menyenangkan karena adanya ketidakpuasaan atau tidak memiliki kelekatan dalam hubungan sosial. Skala kesepian diadaptasi dengan menggunakan *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang dikembangkan dari teori Russel (1996). Skala tersebut bersifat unidimensional, sehingga setiap item langsung merujuk pada kesepian itu

sendiri. Russel membagi keseluruhan item menjadi dua bagian, yaitu pernyataan positif (item-item yang mendukung bahwa individu tidak merasa kesepian) dan pernyataan negatif (item-item yang mendukung bahwa individu merasa kesepian).

2. Orientasi Perbandingan Sosial

Orientasi perbandingan sosial merupakan kecenderungan seseorang untuk mengevaluasi diri, menonjolkan diri dan menggali potensi diri dengan membandingkan kemampuan maupun opini pada diri sendiri dan orang lain tanpa adanya atribut yang objektif. Skala orientasi perbandingan sosial dibuat dengan mengadaptasi skala (*Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure*) INCOM milik Gibbons & Bunk (1999), yang terdiri dari dua dimensi, yaitu *ability-based* (berdasarkan kemampuan) dan *opinion-based* (berdasarkan opini).

D. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja akhir, yaitu pada usia 18-22 tahun dan juga merupakan pengguna instagram.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 192 orang dengan jumlah minimal 138 orang. Jumlah tersebut diperoleh dengan menggunakan aplikasi G*Power versi 3.1.9.2, p HI 0.3, *alpha error probability* 0.05 dan *power* 0.95. Sampel berjumlah 192 untuk meminimalisir tingkat kesalahan

input data atau tidak lengkapnya jawaban pada skala yang telah diisi responden.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *accidental sampling*. Teknik *accidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel penelitian dengan subyek yang tidak sengaja peneliti temui dan memenuhi karakteristik populasi yang dapat dijadikan sampel penelitian.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Data

Penelitian ini menggunakan data primer. Data primer diperoleh dari subyek penelitian secara langsung dengan cara membagikan skala orientasi perbandingan sosial dan kesepian.

2. Instrumen Penelitian

a. Skala Orientasi Perbandingan Sosial

Skala yang digunakan untuk mengukur orientasi perbandingan sosial adalah skala dalam bahasa Indonesia yang telah mengalami transadaptasi dari skala aslinya, yaitu skala (*Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure*) INCOM yang menggunakan dimensi milik Gibbons & Bunk (1999), terdiri dari *ability-based* dan *opinion-based*. Skala INCOM berbentuk skala *likert* dengan 5 alternatif jawaban, yaitu angka 1 untuk respon jawaban “sangat tidak setuju” hingga angka 5 untuk respon jawaban “sangat setuju”. Jumlah item dalam skala ini

adalah 11 item, terdiri dari 9 *favorable item* dan 2 *unfavorable item*. Peneliti melakukan modifikasi pada alternatif jawaban, yang sebelumnya berjumlah 1-5 dirubah menjadi 1-4 dengan menghilangkan pilihan alternatif jawaban netral. Hal ini bertujuan untuk menghindari respon jawaban subyek yang ragu-ragu, kurang memahami maksud item, atau memang benar-benar berada pada posisi netral.

Tabel 1. Blue Print Skala Orientasi Perbandingan Sosial Sebelum Tryout

No	Dimensi	Indikator	F	U	Total Item
1)	<i>Ability-based</i>	a) Membuat perbandingan dengan orang yang dicintai.	1		1
		b) Memperhatikan prestasi sendiri dan orang lain.	2		1
		c) Mengevaluasi prestasi melalui perbandingan.	3		1
		d) Membandingkan sosialisasi.	4		1
		e) Menyangkal setiap perbandingan dengan orang lain.		5	1
		f) Membandingkan prestasi hidup.			
2)	<i>Opinion-based</i>	a) Bertukar pendapat dan pengalaman dengan orang lain.	6		1
		b) Ketertarikan dalam pikiran orang lain yang mirip.	7		1
		c) Kepentingan dalam strategi penanggulangan orang lain yang mirip.	8		1
		d) Kepentingan dalam strategi penanggulangan orang lain yang mirip.	9		1
		e) Membuat tidak ada perbandingan situasi pada kehidupan pribadi.	10		1
				11	1

b. Skala Kesepian

Skala yang digunakan untuk mengukur kesepian adalah skala dalam bahasa Indonesia yang telah mengalami transadaptasi dari skala aslinya, yaitu skala UCLA *Loneliness Scale* Versi 3 yang menggunakan teori Russel (1996). Skala ini bersifat unidimensional, sehingga dimensi satu-satunya adalah kesepian itu sendiri. Skala UCLA Versi 3 berbentuk skala *likert* dengan 4 alternatif jawaban, yaitu angka 1 untuk respon jawaban “selalu” hingga angka 4 untuk respon jawaban “tidak pernah”. Jumlah item dalam skala ini adalah 20 item, terdiri dari 11 *favorable item* dan 9 *unfavorable item*.

Tabel 2. Blue Print Skala Loneliness Sebelum Tryout

No	Dimensi	Indikator	F	U	Total Item
1)	Kesepian	adanya kepribadian dinamis yang menentukan perilaku atau sikap individu dan cara berpikir yang berhubungan dengan kehidupan sosial	2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18	1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20	9
					11

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada kedua skala, yaitu skala INCOM dan skala UCLA *Loneliness* Versi 3, maka diperoleh *blueprint* sebagai berikut:

Tabel 3. Blue Print Skala Orientasi Perbandingan Sosial Setelah Tryout

No	Dimensi	Indikator	F	U	Total Item
1)	<i>Ability-based</i>	a) Membuat perbandingan dengan orang yang dicintai.	1		1
		b) Memperhatikan prestasi sendiri dan orang lain.	2		1
		c) Mengevaluasi prestasi melalui perbandingan.	3		1
		d) Membandingkan sosialisasi.	4		1
		a) Bertukar pendapat dan pengalaman dengan orang lain.	7		1
2)	<i>Opinion-based</i>	b) Ketertarikan dalam pikiran orang lain yang mirip.	8		1
		c) Kepentingan dalam strategi penanggulangan orang lain yang mirip.	9		1
		d) Kepentingan dalam strategi penanggulangan orang lain yang mirip.	10		1

Tabel 4. Blue Print Skala Kesepian Setelah Tryout

No	Dimensi	Indikator	F	U	Total Item
1)	<i>Loneliness</i>	adanya kepribadian dinamis yang menentukan perilaku atau sikap individu dan cara berpikir yang berhubungan dengan kehidupan sosial.	2, 3, 4, 7, 11, 12, 13, 14, 18	5, 9, 10, 15, 16, 19, 20	9
					11

F. Pengujian Alat Ukur

1. Validitas

Analisis validitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan analisis item. Analisis item digunakan dengan teknik *Pearson Product Moment*. Item-item dalam alat ukur dapat dikatakan valid jika besar korelasi antara item dengan dimensi lebih dari 0.3. Uji validitas pada skala kesepian dilakukan pada 30 subyek dan orientasi perbandingan sosial pada 48 subyek. Penambahan jumlah subyek pada pengujian skala INCOM (orientasi perbandingan sosial) dilakukan karena jumlah item yang lebih sedikit dibandingkan skala UCLA Versi 3 (kesepian).

Hasil uji alat ukur INCOM memperoleh nilai $r > 0.3$ sebanyak 8 item. Item 5, 6 dan 11 dinyatakan gugur karena memiliki nilai $r < 0.3$. Sedangkan uji alat ukur pada skala UCLA Versi 3 memperoleh nilai $r > 0.3$ pada 16 item, hal ini karena item 1, 6, 8, dan 17 memiliki $r < 0.3$.

2. Reliabilitas

Uji reliabilitas pada skala INCOM dan UCLA Versi 3 dilakukan dengan menggunakan teknik *Cronbach Alpha*. Uji reliabilitas dilakukan pada subyek sebanyak 30 orang (UCLA Versi 3) dan 48 orang (INCOM). Kedua skala diuji menggunakan aplikasi SPSS versi 21 .

Hasil dari uji reliabilitas tersebut diperoleh nilai sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas

Skala	Koefisien Alpha	Keterangan
<i>Loneliness</i>	0.91	Reliabel
SCO	0.78	Reliabel

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh koefisien Alpha pada skala UCLA Versi 3 dengan 16 item valid sebesar 0.91. Sedangkan skala INCOM dengan 8 item valid sebesar 0.78.

G. Prosedur Penelitian

Peneliti melakukan beberapa tahap penelitian untuk memperoleh data tersebut, antara lain:

1. Persiapan Penelitian

a. Kajian Pustaka

Kajian pustaka yang dilakukan dimulai dari bab 1 yang berisi pendahuluan, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan penelitian terdahulu. Selanjutnya bab 2 yang berisi landasan teori masing-masing variabel, hubungan antar variabel, kerangka pemikiran, dan hipotesis. Bab 3 yang berisi tentang metode dan teknik yang akan digunakan dalam pengumpulan data.

b. Seminar Proposal

Seminar proposal terdiri dari tiga bab yang telah disusun melalui kajian pustaka. Seminar proposal ini bertujuan untuk mendapatkan kritik dan saran sebelum dilakukannya penelitian. Hasil dalam seminar proposal ini menentukan lanjut atau tidaknya sebuah penelitian tersebut.

c. Desain Penelitian

Tahap selanjutnya adalah menyusun alat ukur yang akan digunakan dalam pengumpulan data. Penelitian ini menggunakan skala INCOM (*Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure*) dan skala UCLA *Loneliness Scale Version 3*. Setelah itu, peneliti akan melakukan uji coba (*tyout*) pada instrumen penelitian yang sudah jadi. Setelah dilakukan uji coba, peneliti akan melakukan uji validitas dan uji reliabilitas.

2. Pelaksanaan Penelitian

a. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan setelah instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya untuk menentukan item-item yang memenuhi syarat dan sesuai dengan tujuan penelitian. Pengumpulna data dilakukan di kelas Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya.

b. Analisis Data

Analisi data dilakukan dengan tabulasi. Data dianalisis dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 2.1 untuk uji normalitas dan linearitas.

c. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil yang diperoleh dari analisis data tersebut akan dibahas dan disesuaikan dengan kajian teori yang telah dilakukan sebelumnya yang kemudian dikaitkan dengan hipotesis penelitian.

H. Metode Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis peneliti adalah teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Hal ini dikarenakan tujuan dari penelitian adalah untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian. Analisis data dilakukan setelah analisis asumsi, sebagai berikut:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data masing-masing variabel dalam penelitian. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Sminov Test* pada aplikasi SPSS 2.1.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui kesesuaian data dengan garis linear. Sehingga adanya peningkatan kuantitas pada salah satu variabel akan mempengaruhi atau searah dengan peningkatan kuantitas pada variabel lainnya dan sebaliknya. Hubungan variabel dapat dikatakan linier apabila signifikansi bernilai > 0.05 .

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan melihat nilai korelasi antar variabel yang menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil dari output SPSS yang dilakukan menentukan diterima atau ditolaknya hipotesis penelitian.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Deskripsi Data

Data penelitian diperoleh dari output skala yang dibagikan kepada mahasiswa Psikologi FISIP UB dengan rentang usia 18-22 tahun yang menggunakan instagram. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 192 orang. Berdasarkan pengolahan data, diperoleh gambaran subyek sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Subyek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah Partisipan	Persentase
18 tahun	74	38.54%
19 tahun	47	24.48%
20 tahun	45	23.44%
21 tahun	14	7.29%
22 tahun	12	6.25%
Total	192	100%

Berdasarkan tabel 6, diperoleh data remaja pengguna instagram terbanyak adalah usia 18 tahun, yaitu sebesar 74 orang dengan persentase 38.54%. Sedangkan remaja pengguna instagram terkecil adalah usia 22 tahun yaitu sebesar 12 orang dengan persentase 6.25%.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif berisi tentang gambaran atau deskripsi subyek penelitian berdasarkan data dari masing-masing variabel melalui kelompok subyek. Salah satu dasarnya adalah perhitungan skor maksimum, minimum, *mean* dan standar deviasi. Berikut ini adalah perbandingan skor hipotetik dan skor empirik masing-masing variabel:

Tabel 2. Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik

Variabel	Statistik	Hipotetik	Empirik
Orientasi Perbandingan Sosial	Nilai Minimum	8	9
	Nilai Maksimum	32	32
	Nilai Tengah (<i>Mean</i>)	20	22.78
	Standar Deviasi	4	3.69
Kesepian	Nilai Minimum	0	0
	Nilai Maksimum	48	41
	Nilai Tengah (<i>Mean</i>)	24	17.36
	Standar Deviasi	8	8.8

Berdasarkan tabel 7, pada variabel orientasi perbandingan sosial, diperoleh nilai minimum hipotetik sebesar 8, nilai maksimum hipotetik sebesar 32. Nilai tengah (*mean*) pada skor hipotetiknya sebesar 20 dan nilai standar deviasinya sebesar 4. Sedangkan untuk skor empirik, antara lain nilai minimum sebesar 9, nilai maksimum sebesar 32, nilai tengah sebesar 22.78, dan standar deviasi sebesar 3.69. Variabel kesepian, diperoleh nilai minimum pada skor hipotetik sebesar 0, nilai maksimum sebesar 48, nilai tengah sebesar 24, dan standar deviasinya sebesar 8. Berdasarkan data skor empirik untuk variabel kesepian, diperoleh nilai minimum sebesar 0, nilai maksimum adalah 41, nilai tengah adalah 17.36, dan standar deviasinya sebesar 8.8.

3. Kategorisasi Skor

a. Orientasi Perbandingan Sosial

Kategori skor dilakukan dengan membagi kategori menjadi tiga bagian, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Panjang interval diperoleh dari hasil pengurangan skor tertinggi dan skor terendah lalu dibagi jumlah kategori yang diinginkan. Sehingga diperoleh panjang interval untuk variabel orientasi perbandingan sosial yaitu 8.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Orientasi Perbandingan Sosial

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$24 \leq X < 32$	Tinggi	84	43.75%
2.	$16 \leq X < 24$	Sedang	102	53.125%
3.	$8 \leq X < 16$	Rendah	6	3.125%
Total			192	100%

Berdasarkan kategorisasi pada skor orientasi perbandingan sosial, diperoleh data sebanyak 84 orang (43.75%) memiliki orientasi perbandingan sosial dengan kategori tinggi, 102 orang (53.125%) memiliki orientasi perbandingan sosial dengan kategori sedang, dan 6 orang (3.125%) memiliki orientasi perbandingan sosial dengan kategori rendah.

b. Kesepian

Kategori skor kesepian dilakukan dengan membagi kategori menjadi tiga bagian, yaitu rendah, sedang dan tinggi. Panjang interval diperoleh dari hasil pengurangan skor tertinggi dan skor terendah lalu dibagi jumlah kategori yang diinginkan. Sehingga diperoleh panjang interval untuk variabel kesepian yaitu 16.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Kesenian

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$32 \leq X < 48$	Tinggi	13	6.77%
2.	$16 \leq X < 32$	Sedang	94	48.96%
3.	$0 \leq X < 16$	Rendah	85	44.27%
Total			192	100%

Berdasarkan kategorisasi pada skor kesepian, diperoleh data sebanyak 13 orang (6.77%) memiliki tingkat kesepian dengan kategori tinggi, 94 orang (48.96%) memiliki tingkat kesepian dengan kategori sedang, dan 85 orang (44.27%) memiliki tingkat kesepian dengan kategori rendah.

c. Skor Kesenian Berdasarkan Tingkat Orientasi Perbandingan Sosial

Pengelompokan skor kesepian berdasarkan tingkat orientasi perbandingan sosial pada pengguna instagram dibagi menjadi 9 kelompok, yaitu pengguna instagram yang memiliki tingkat orientasi perbandingan sosial dalam 3 kategori (tinggi, sedang, rendah) dengan skor loneliness dalam 3 kategori (tinggi, sedang, rendah). Sehingga data dapat dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 5. Pengelompokan Skor Kesenian Berdasarkan Tingkat Orientasi Perbandingan Sosial

	Tingkat Kesenian						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Orientasi Tinggi	8	4.1	38	19.8	38	19.8	84	43.7
Orientasi Sedang	5	2.6	54	28.1	43	22.4	102	53.1
Orientasi Rendah	0	0	2	1.1	4	2.1	6	3.2
Total	13	6.7	94	49	85	44.3	192	100

Keterangan:

F = Frekuensi

% = Persentase

Berdasarkan tabel 10, dapat disimpulkan bahwa responden paling banyak mempunyai kriteria skor loneliness yang sedang dengan tingkat SCO yang sedang pula, yaitu sebesar 54 orang (28.1%). Sedangkan sebaliknya, tidak terdapat responden yang mempunyai kriteria skor loneliness yang tinggi dengan tingkat SCO yang rendah.

B. Analisis Data

1. Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi bertujuan untuk melihat penyebaran data yang telah diambil dari responden, yaitu mahasiswa pengguna instagram. Jumlah responden sebanyak 192 orang. Pengujian asumsi dilakukan sebelum peneliti melakukan uji hipotesis.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk melihat penyebaran variabel yang akan diukur pada data yang telah diperoleh. Hasil dari uji normalitas diperoleh dengan menggunakan *One-Sample Kolmogorov Smirnov* pada aplikasi SPSS 21 yang akan dijelaskan pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Z	p	Keterangan
Orientasi Perbandingan Sosial Kesenian	1.193	.116	Normal
	.889	.409	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan seperti tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki nilai $p > .05$ yang menunjukkan data yang diperoleh tersebar secara normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas berfungsi untuk mengetahui hubungan linier antar variabel (orientasi perbandingan sosial dan kesepian) yang tersebar pada data yang telah diperoleh dari responden. Hasil uji linieritas pada kedua variabel dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	p	Keterangan
SCO * <i>loneliness</i>	.842	.655	linier

Berdasarkan hasil uji linieritas pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi $p = .655$ lebih besar dari $.05$ yang menunjukkan adanya hubungan linier antara variabel orientasi perbandingan sosial dan kesepian.

2. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya korelasi antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian dengan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* pada aplikasi SPSS versi 21.

Berikut ini tabel uji hipotesis yang telah dilakukan:

		Kesepian
Orientasi	Pearson Correlation	0.58
Perbandingan Sosial	Sig. (2-tailed)	0.425

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai r sebesar $.058$ (memiliki hubungan yang lemah) dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar $.425$ atau

$> .05$ (tidak signifikan). Berdasarkan hasil tersebut, dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang lemah dan tidak signifikan antara variabel orientasi perbandingan sosial dengan kesepian. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a ditolak dan H_0 diterima atau tidak terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada remaja pengguna instagram.

3. Hasil Analisis Tambahan

a. Uji Hipotesis pada Responden dengan Perasaan Iri

Penelitian ini menggunakan analisis tambahan terkait beberapa pertanyaan yang ditambahkan pada alat ukur INCOM untuk memperkaya data penelitian. Pertanyaan tambahan yang diajukan adalah ada atau tidaknya perasaan iri pada diri responden ketika menggunakan instagram. Perasaan iri digunakan untuk melihat orientasi perbandingan sosial dalam menggunakan instagram yang diterjemahkan dari penelitian White et al. (2006). Selain itu, perasaan iri merupakan salah satu faktor penyebab munculnya emosi negatif, terutama pada individu dengan orientasi perbandingan sosial yang tinggi (Ven et al., 2011). Berdasarkan data penelitian, jumlah responden yang menyatakan perasaan iri berjumlah 39 dan sisanya 153 orang menyatakan tidak memiliki perasaan iri.

Hasil analisis korelasi orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada 39 responden yang memiliki perasaan iri memiliki hasil yang berbeda dengan hasil uji hipotesis pada 192 responden. Hasil analisis menunjukkan nilai r sebesar 0.296 (memiliki hubungan cukup kuat) dan nilai signifikansi (1-tailed) sebesar .034 atau > 0.05 (signifikan). Hal ini berarti bahwa pada 39 responden yang memiliki

perasaan iri, terdapat hubungan positif antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian secara signifikan. Sehingga dapat disimpulkan jika orientasi perbandingan sosial individu tinggi dan memiliki perasaan iri dalam menggunakan instagram, maka tingkat kesepian pada individu tersebut juga tinggi.

b. Uji Hipotesis Per Dimensi

Penelitian ini juga menggunakan analisis tambahan berupa analisis korelasi antara orientasi perbandingan sosial (dimensi *ability-based*) dengan kesepian dan orientasi perbandingan sosial (dimensi *opinion-based*) dengan kesepian. Hasil analisis menggunakan 192 responden dengan teknik analisis korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil analisis per dimensi menyatakan bahwa masing-masing dimensi memiliki hubungan yang berbeda dengan variabel kesepian.

Hasil analisis korelasi orientasi perbandingan sosial (dimensi *ability-based*) dengan kesepian memiliki nilai $r = 0.290$ (memiliki hubungan positif) dan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar $.000$ (sangat signifikan). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara orientasi perbandingan sosial (dimensi *ability-based*) dengan kesepian pada remaja pengguna instagram. Semakin besar orientasi perbandingan sosial berdasarkan kemampuan yang dimiliki, maka semakin tinggi pula tingkat kesepian remaja pengguna instagram.

Hasil analisis korelasi orientasi perbandingan sosial (dimensi *opinion-based*) dengan kesepian memiliki nilai $r = -.217$ (memiliki

hubungan negatif) dan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar .002 (signifikan). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara orientasi perbandingan sosial (dimensi *opinion-based*) dengan kesepian pada remaja pengguna instagram. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin besar orientasi perbandingan sosial berdasarkan opini pada remaja pengguna instagram, maka tingkat kesepian pada individu tersebut semakin rendah, begitu pula sebaliknya.

C. Pembahasan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa H_a ditolak dan H_0 diterima, yaitu tidak terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada remaja pengguna instagram. Tinggi atau rendahnya orientasi yang dimiliki individu dalam melakukan perbandingan sosial tidak berkaitan dengan tingkat kesepian individu tersebut. Individu yang memiliki orientasi perbandingan sosial tinggi akan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Sebaliknya, individu yang memiliki orientasi perbandingan sosial rendah akan jarang membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.

Penelitian yang dilakukan Yang (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara interaksi di instagram dengan tingkat kesepian pengguna instagram jika penggunanya melakukan perbandingan sosial. Interaksi yang dilakukan di instagram dapat menurunkan tingkat kesepian jika pengguna instagram jarang melakukan perbandingan sosial (Yang C.-c. , 2016). Penelitian ini menjelaskan bahwa orientasi perbandingan sosial tidak dapat berhubungan secara langsung dengan tingkat kesepian pengguna instagram,

terdapat beberapa faktor atau syarat yang mendukung dan menguatkan hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian, yaitu interaksi yang dilakukan di instagram.

Menurut Yang (2016), aktivitas penggunaan instagram dibagi menjadi tiga, yaitu *browsing*, *broadcasting* dan interaksi. Interaksi dapat meningkatkan kesepian pada pengguna instagram jika orientasi perbandingan sosial yang dilakukan tinggi. Aktivitas penggunaan instagram, selain interaksi, yaitu *broadcasting* dan *browsing* dapat meningkatkan kesepian karena beberapa faktor. Salah satu faktor yang menyebabkan tingginya tingkat kesepian pada pengguna instagram adalah kecemasan sosial, *cyberbullying* dan depresi (Anna, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sahin, dkk. (2012) mengungkapkan adanya hubungan antara tingginya tingkat *cyberbullying* yang diterima dengan tingkat *loneliness* (Syah & Gazi, 2017). Sedangkan penelitian dari Caplan (2013) menjelaskan bahwa depresi dan kesepian memiliki kecenderungan untuk menjadi faktor penyebab permasalahan penggunaan media sosial (Syah & Gazi, 2017).

Aktivitas penggunaan instagram juga tidak lepas dengan adanya orientasi perbandingan sosial. Instagram yang memiliki konten berbentuk visual sebagai media utama mendorong penggunanya untuk melakukan perbandingan sosial (Lee, 2014). Pengguna cenderung mencari informasi tentang dirinya dengan cara membanding-bandingkan *ability* dan *opinion* dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan data yang telah diperoleh dari 192 responden. Responden dalam penelitian ini merupakan pengguna instagram

yang mayoritas memiliki tingkat SCO tinggi dan sedang, yaitu sebesar 43.75% (tinggi) dan 53.125% (rendah).

Penelitian White et al., (2006) menyatakan perasaan iri, penyesalan dan emosi negatif akan muncul bergantung pada intensitas perbandingan sosial yang dilakukan individu. Selain itu, Gibbon & Buunks (1999) juga menjelaskan bahwa kecenderungan individu dalam mencari informasi diri dari orang lain dengan melakukan perbandingan sosial cenderung akan menimbulkan depresi. Individu yang memiliki orientasi perbandingan sosial tinggi cenderung memiliki perasaan iri, penyesalan dan emosi negatif yang cenderung menyebabkan individu tersebut depresi. Informasi diri yang diperoleh berupa penilaian negatif akan cenderung menyebabkan individu melakukan penarikan diri dan cenderung kesepian (Park & Baek, 2018). Hal ini memungkinkan terjadinya kesepian dipengaruhi oleh tingginya orientasi perbandingan sosial pada individu dan timbulnya perasaan iri, penyesalan dan emosi negatif yang akan menyebabkan individu memiliki informasi diri yang negatif dan terjadinya penarikan diri individu dari lingkungan sosialnya.

Studi sebelumnya dibuktikan dengan pengambilan sampel pada data responden dengan kriteria memiliki perasaan iri berjumlah 39 orang dari 192 responden penelitian. Hasil uji hipotesis menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada remaja pengguna instagram dengan kriteria memiliki perasaan iri. Remaja pengguna instagram yang memiliki perasaan iri dan orientasi perbandingan sosial tinggi cenderung akan memiliki tingkat kesepian yang tinggi juga. Begitu juga sebaliknya, individu yang memiliki perasaan iri dan orientasi

perbandingan sosial rendah cenderung akan memiliki tingkat kesepian yang rendah.

Instagram menjadi salah satu media yang menggunakan visual sebagai media utamanya, termasuk gambar, video dan teks dalam format gambar. Media visual menjadi salah satu media yang paling berpotensi untuk dilakukannya perbandingan sosial oleh penggunanya (Barry et al., 2017). Menurut Festinger yang disempurnakan oleh Gibbon & Buunks (1999), orientasi perbandingan sosial memiliki dua dimensi, yaitu *ability-based* (perbandingan sosial berdasarkan kemampuan) dan *opinion-based* (perbandingan sosial berdasarkan opini). Dimensi-dimensi tersebut memiliki korelasi yang berbeda dengan kesepian. Hal ini didukung dengan penelitian dari Park & Baek (2018) yang menyatakan bahwa masing-masing dimensi orientasi perbandingan sosial memiliki korelasi yang berbeda dengan *psycho-emotional well-being*, termasuk perasaan iri (*envy*), depresi dan kepuasan hidup (Park & Baek, 2018). *Psycho-emotional well-being* menjadi salah satu pengaruh dari orientasi perbandingan sosial terhadap kesepian.

Hasil uji hipotesis data yang diperoleh dari 192 responden menyatakan bahwa terdapat hubungan yang berbeda pada masing-masing dimensi orientasi perbandingan sosial dengan kesepian. Orientasi perbandingan sosial (dimensi *ability-based*) memiliki hubungan positif yang sangat signifikan dengan tingkat kesepian pada remaja pengguna instagram. Hal ini berarti bahwa individu yang sering membanding-bandingkan kemampuan yang dimilikinya dengan kemampuan orang lain akan memiliki tingkat kesepian yang tinggi. Sedangkan orientasi perbandingan sosial (dimensi *opinion-based*)

memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesepian. Hal ini berarti bahwa semakin sering individu membanding-bandingkan opininya dengan opini orang lain dalam situasi yang sama, maka hal tersebut juga cenderung akan menurunkan tingkat kesepiannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kesepian pada remaja pengguna instagram cenderung bergantung pada apa yang dibandingkan dari dirinya dengan orang lain.

Perbedaan masing-masing dimensi pada orientasi perbandingan sosial dijelaskan dengan penelitian yang dilakukan oleh Park & Baik (2018) pada pengguna facebook. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan bahwa perbandingan sosial yang dilakukan berdasarkan pada opini (*opinion-based*) dapat mengurangi emosi negatif (*envy*), depresi dan dapat menambah tingkat kepuasan hidup. Sedangkan perbandingan sosial yang dilakukan berdasarkan kemampuan (*ability-based*) dapat memunculkan emosi negatif (*envy*), depresi dan dapat mengurangi tingkat kepuasan hidup (Park & Baik, 2018). Park & Baik (2018) juga menambahkan bahwa orientasi perbandingan sosial *ability-based* menjadikan target perbandingan sosial sebagai kompetitor, sedangkan orientasi perbandingan sosial *opinion-based* menjadikan target perbandingan sosial sebagai *role model*, konsultan dan informan.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah kurangnya mempertimbangkan tidak adanya hubungan langsung antara variabel X dan Y serta adanya beberapa variabel moderator yang menguatkan hubungan antara variabel X dan Y.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa H_a ditolak yang berarti tidak terdapat hubungan antara orientasi perbandingan sosial dengan kesepian pada remaja pengguna instagram. Orientasi perbandingan sosial yang dilakukan oleh remaja pengguna instagram tidak berkorelasi secara signifikan dengan tingkat kesepian.

B. Saran

Penelitian selanjutnya diharapkan untuk mempertimbangkan variabel-variabel lainnya yang dapat mempengaruhi hubungan antara kedua variabel. Penelitian harus mempertimbangkan variabel-variabel lainnya yang dapat mempengaruhi hubungan antara kedua variabel.



DAFTAR PUSTAKA

- Anna, L. K. (2017, July 14). *Kompas.com*. Retrieved February 13, 2018, from Life
Style:
<http://lifestyle.kompas.com/read/2017/07/14/073913720/instagram-media-sosial-paling-buruk-bagi-kesehatan-mental>
- Appel, H., Gerlach, A. L., & Crusius, J. (2016). The interplay between facebook use, social comparison, envy, and depression. *Current Opinion in Psychology*, 44-49.
- Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of Adolescence*, 1-11.
- Clerkin, E. M., Smith, A. R., & Hames, J. L. (2013). The interpersonal effects of facebook reassurance seeking. *Journal of Affective Disorders*, 525-530.
- Cramer, S. (2017, Mei 20). *Royal Society for Public Health*. Retrieved Februari 7, 2018, from Survey of Status of Mind: <https://www.rsph.org.uk/our-work/campaigns/status-of-mind.html>
- Fox, J., & Vendemia, M. A. (2016). Selective self-presentation and social comparison through photographs on social networking sites . *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* , 593-600.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Jang, K., Park, N., & Song, H. (2016). Social comparison on facebook: Its antecedents and psychological outcomes. *Computers in Human Behavior*, 62.
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social networking sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 253-260.
- Mailanto, A. (2016, Januari 14). *Okezone Techno*. Retrieved Februari 02, 2018, from Okezone:
<https://techno.okezone.com/read/2016/01/14/207/1288332/pengguna-instagram-di-indonesia-terbanyak-mencapai-89>

- Martin, J. M., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and Social Uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 659-671.
- Mittal, V., Kaul, A., Gupta, S. S., & Arora, A. (2017). Multivariate features based instagram post analysis to enrich user experience. *Information Technology and Quantitative Management*, 138-145.
- Mussweiler, T., Gabriel, S., & Bodenhausen, G. V. (2000). Shifting social identities as a strategy for deflecting threatening social comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 398-409.
- Nirbaningtyas, R. B., & Aniza, N. (2017). Pengaruh Loneliness Terhadap Subjective Well Being di Kalangan Dewasa Awal Mahasiswa Universitas Paramadina. *Cyberpsychology Dan Literasi Informasi*, 39-46.
- Ozimek, P., & Bierhoff, H. W. (2016). Facebook use depending on age: The influence of social comparison. *Computers in Human Behavior*, 271-279.
- Park, S. Y., & Baek, Y. M. (2018). Two faces of social comparison on Facebook: The interplay between social comparison orientation, emotions, and psychological well-being. *Journal of Computers in Human Behavior*, 83-93.
- Patrick, H., Neighbors, C., & Knee, C. R. (2004). Appearance-related social comparisons: The role of contingent self-esteem and self-perceptions of attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 501-504.
- Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A., & Calvert, S. L. (2009). College students' social networking experiences on facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 227-238.
- Santrock, J. W. (2003). *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Siregar, M. (2004). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyalahgunaan Narkotika pada Remaja. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas*, 100-105.
- Smith, R. H. (2000). Reactions to Upward and Downward Social Comparisons. *Handbook of Social Comparison: Theory and Research*, 173-201.
- Stravynski, A., & Boyer, R. (2001). Loneliness in Relation to Suicide Ideation and Parasuicide: A Population-Wide Study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 32-40.

- Syah, F. A., & Gazi. (2017). Pengaruh loneliness, self-control, dan self-esteem terhadap perilaku cyberbullying pada mahasiswa. *Journal of Psychology*, 203-216.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Triwidodo, Y., & Dewi, E. K. (2012). Loneliness smartphone users in term of gender differences in class XI students of SMAN 9 Semarang. *Psikologi*, 1.
- Ven, N. V., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2011). Why envy outperforms admiration. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 784-795.
- Wardani, A. S. (2018, February 01). *Liputan6.com*. Retrieved February 21, 2018, from Tech News: <http://tekno.liputan6.com/read/3244346/instagram-bakal-luncurkan-fitur-video-call>
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L., & Welch, J. C. (2006). Frequent social comparisons and destructive emotions and behaviors: The dark side of social comparisons . *Journal of Adult Development*, 36-44.
- Wijaya, K. K. (2016, January 16). *Indonesia Ternyata Pengguna Instagram Terbanyak Ketiga di Dunia*. Retrieved February 17, 2018, from Tehno asia: <https://id.techinasia.com/jumlah-pengguna-instagram-indonesia>
- Yang, C.-c. (2016). Instagram Use, Loneliness, and Social Comparison Orientation: Interact and Browse on Social Media, But Don't Compare. *Cyberpsychology. Behavior, and Social Networking*, 703-708.
- Yang, C.-C., Holden, S. M., & Carter, M. D. (2018). Social media social comparison of ability (but not opinion) predicts lower identity clarity "Identity processing style as a mediator". *Journal of Youth and Adolecence*, 1-15.